

**UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR LEMPAR CAKRAM
MENGUNAKAN CAKRAM KAYU
PADA SISWA KELAS XI IPS 3 SMA NEGERI 2 SURAKARTA
TAHUN PELAJARAN 2015/2016**



SKRIPSI

Oleh:

**ALIF KHOIRUL MUSTAQIM
K4612014**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
2016**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Alif Khoirul Mustaqim
NIM : K4612014
Program Studi : Penjaskesrek

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul **“UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR LEMPAR CAKRAM MENGGUNAKAN CAKRAM KAYU PADA SISWA KELAS XI IPS 3 SMA NEGERI 2 SURAKARTA TAHUN PELAJARAN 2015/2016”** ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, Desember 2016

Yang membuat pernyataan,



Alif Khoirul Mustaqim

**UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR LEMPAR CAKRAM
MENGUNAKAN CAKRAM KAYU
PADA SISWA KELAS XI IPS 3 SMA NEGERI 2 SURAKARTA
TAHUN PELAJARAN 2015/2016**

Oleh :

ALIF KHOIRUL MUSTAQIM

NIM. K4612014

Skripsi

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
Desember 2016**

PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Surakarta, Oktober 2016

Pembimbing I



Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd.
NIP. 19651128 199003 1 001

Pembimbing II



Tri Winarti Rahayu, S.Pd, M.Or.
NIP. 19760129 200312 2 001

PENGESAHAN SKRIPSI



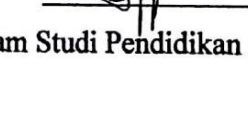

Nama : Alif Khoirul Mustaqim

NIM : K4612014

Judul Skripsi : Upaya Peningkatan Hasil Belajar Lempar Cakram Menggunakan
Cakram Kayu Pada Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 2 Surakarta
Tahun Pelajaran 2015/2016

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta pada hari Rabu, tanggal 28 Desember 2016 dengan hasil LULUS dan revisi maksimal 2 bulan. Skripsi telah di revisi dan mendapat persetujuan dari Tim Penguji.

Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji :

Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua : Drs. Sunardi, M.Kes		04-01-2017
Sekretaris : Drs. Budhi Satyawan, M.Pd		05-01-2017
Anggota I : Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd		09-01-2017
Anggota II : Tri Winarti Rahayu, S.Pd, M.Or		05-01-2017

Skripsi ini disahkan oleh Kepala Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

Hari :

Tanggal :

Mengesahkan

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Sebelas Maret,



Prof. Dr. H. Joko Murkamto, M.Pd.

NIP. 196101241987021001

Kepala Program Studi
Penjaskesrek,



Drs. Sunardi, M.Kes

NIP. 195811211990031004

ABSTRAK

Alif Khoirul Mustaqim K4612014. **UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR LEMPAR CAKRAM MENGGUNAKAN CAKRAM KAYU PADA SISWA KELAS XI IPS 3 SMA NEGERI 2 SURAKARTA TAHUN PELAJARAN 2015/2016.** Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta, September, 2016.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar lempar cakram siswa menggunakan cakram kayu pada siswa kelas XI IPS 3 SMA NEGERI 2 Surakarta tahun Pelajaran 2015/2016. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 2 Surakarta yang berjumlah 32 siswa yang terdiri dari 10 siswa putra dan 22 siswa putri. Sumber data berasal dari peneliti, kolaborator dan siswa. Teknik pengumpulan data dengan Tes dan observasi. Validitas data dalam menggunakan teknik triangulasi sumber. Analisis data menggunakan teknik analisis deskripsi.

Pembelajaran menggunakan cakram kayu dapat meningkatkan hasil belajar lempar cakram pada siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 2 Surakarta tahun pelajaran 2015/2016. Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan dari data awal, siklus I dan siklus II. Berdasarkan data hasil observasi kondisi awal, siklus I dan siklus II, tiap indikator capaian dengan KKM 65 terjadi peningkatan sebagai berikut. Pada kondisi awal hasil belajar lempar cakram pada kategori Cukup sebesar 21,87%, Kurang sebesar 56,25%, Kurang Sekali sebesar 21,88%, jumlah siswa yang tuntas adalah 7 siswa. Pada siklus I hasil belajar lempar cakram pada kategori Baik sebesar 0%, Cukup sebesar 53,00%, Kurang sebesar 47,00% dan kurang Sekali sebesar 0%, jumlah siswa yang tuntas adalah 17 siswa. Sedangkan pada siklus II hasil belajar lempar cakram pada kategori Baik sebesar 18,00%, Cukup sebesar 66,00% dan Kurang sebesar 16,00%, jumlah siswa yang tuntas adalah 27 siswa.

Peningkatan terjadi pada siklus I dan siklus II setelah diberikan tindakan dengan menggunakan cakram kayu. Hasil pembelajaran lempar cakram meningkat walaupun belum optimal. Pelaksanaan siklus II menyebabkan hasil belajar lempar cakram meningkat menjadi lebih baik dan tercipta proses pembelajaran yang lebih aktif, efektif, efisien, dan menyenangkan sehingga mendukung suatu proses pembelajaran yang berkualitas.

Kesimpulan penelitian ini adalah dengan penggunaan cakram kayu dapat meningkatkan hasil belajar lempar cakram pada siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 2 Surakarta tahun pelajaran 2015/2016.

Kata Kunci : Hasil Belajar Lempar Cakram, Siswa Kelas XI IPS 3, Cakram Kayu, Modifikasi Alat Pembelajaran.

ABSTRACT

Alif Khoirul Mustaqim K4612014. ***IMPROVING STUDENTS' LEARNING ACHIEVEMENT IN THROWING DISCUS USING WOOD DISCUS AT CLASS XI IPS 3 SMA NEGERI 2 SURAKARTA IN THE ACADEMIC YEAR OF 2015/2016.*** Thesis, Teacher Training and Education Faculty, Sebelas Maret University, September, 2016.

This reserach aims to improve students' learning achivement in throwing discus using wood discus at class XI IPS 3 SMA Negeri 2 Surakarta in the academic year of 2015/2016. This research is classroom action research. The research was conducted in two cycles, and each cycle consisting of planning, implementing the action, observing, and reflecting. The subjects were 32 students of class XI IPS 3 SMA Negeri 2 Surakarta who consist of 10 male students and 22 female students. The data were collected from the researcher, collaborator, and students using tests and observations. The data were validated using data source triangulation technique, and analysed using descriptive analysis technique.

Learning throwing discus using wood discus can improve students' learning achivement in class XI IPS 3 SMA Negeri 2 Surakarta in the academic year of 2015/2016. From the results of the analysis, there were significant improvements. Based on the observations from the initial condition, the first cycle and second cycle with the passing grade was 65, the improvements can be described as follow. On the initial condition, there were 21,87% of students who had learning achivement in fair category, 56.25% of students were in poor category, 21.88% of students were in very poor caterory, and the number of students who passed the passing grade were only 7 students. In the first cycle, there were 0 % of students who had learning achivement in good category, 53% of students were in fair category, 47.00% of students were in poor category and 0% of students were in very poor category, and the number of students who passed the passing grade were 17 students. While in the second cycle, there were 18.00% of students who had learning achivement in good category, 66.00% of students were in fair category, 16.00% of students were in poor category, and the number of students who passed the passing grade were 27 students.

There were improvements in the first cycle and second cycle after throwing discus using wood discus was implemented. The students' learning achivement increased although it was not optimal. The implementation of the second cycle made students' learning achivement better and created active, effective, efficient, and fun teaching and learning process.

The conclusion of this research is the use of wood discus can improve students' learning achivement in throwing discus using wood discus at class XI IPS 3 SMA Negeri 2 Surakarta in the academic year of 2015/2016.

Keywords : *Learning Achievement In Throwing Discus, Class XI IPS 3, Wood Discus, Modification Tools Of Learning.*

MOTTO

“Dengan menyebut asma Allah yang maha pengasih lagi maha penyayang”.

(Al-Quran Surat Alfatihah : 1)

“Barang siapa keluar untuk mencari ilmu maka dia berada di jalan Allah”.

(HR. Tirmidzi)

“Kelakuan kita terhadap kehidupan menentukan sikap kehidupan kepada kita”.

(Kun Herrini)

“Memulai dengan penuh keyakinan, Menjalankan dengan penuh keikhlasan,
Menyelesaikan dengan penuh kebahagiaan”.

(Penulis)

“Salam Sukses dan Kondhang Selalu”

(-)

PERSEMBAHAN

Teriring syukurku pada-Mu, kupersembahkan karya ini untuk :

❖ “Bapak saya Raji Muyiman, S.Pd.I., M.Pd.I dan Ibu saya Ita Warsiati”

*Belai kasih sayangmu yang tiada tara, doamu yang tiada batas,
pengorbananmu yang tiada akhir untukku. Semua takkan pernah terbalas olehku.*

❖ “Ibu Dra. Yuninta dan Bapak Edi Harsoyo, S.Pd selaku guru penjasorkes
di SMA N 2 Surakarta, terimakasih atas bimbingan dan motivasi yang
sudah diberikan kepada saya.

